Консервирование без соли, сахара

Кулинария - 1

Илья Мельников

SHOUT
SHARE
IT

- Илья Мельников
  - Консервирование без сахара
    -
    - Компот из яблок
    - Компот из груш
    - Компот из вишни
    - Компот из черешни
    - Компот из слив
    - Компот из винограда
    - Компоты из ягод
      - Компот из клубники
      - Компот из черной смородины
      - Компот из крыжовника
  - Переработка плодов и ягод без сахара
    - Пюре из яблок
    - Пюре из груш
    - Пюре из алычи
    - Пюре из слив
    - Пюре из земляники
    - Пюре из крыжовника с морковью
    - Повидло из слив без сахара
  - Приготовление фруктовых и ягодных соков без сахара
    -
    - Сок яблочный
    - Яблочный сок с мякотью
    - Яблоки в собственном соку
    - Сок вишневый
    - Сок виноградный с мякотью
    - Сок виноградный
    - Сок виноградный (2 вариант)
    - Сок из красной смородины
    - Сок из черной смородины
    - Сок из крыжовника
  - Консервирование овощей
    - Консервирование овощей без соли
      - Томаты цельноконсервированные
      - Томатный сок
      - Томатное пюре
      - Томаты протертые
      - Сок морковный
      - Ревень консервированный
    - Замораживание
      -

- Замороженные грибы
- Замороженные овощи

Илья Мельников
Консервирование без соли, сахара

Консервирование без сахара

Компоты считаются самыми лучшими из плодоягодных консервов. Необязательно заливать плоды и ягоды сахарным сиропом. Компоты в консервированном виде сохраняются не потому, что к ним добавлен сахар, а потому, что они подверглись стерилизации, в результате чего были уничтожены микробы. Поэтому можно плоды и ягоды законсервировать в виде компота, не добавляя к ним сахар, а заливая их горячей водой или соком из таких же плодов и ягод. Такое случается в тех случаях, когда сахара мало или когда сахар добавлять нежелательно.

Компот из яблок

Свежие и достаточно кислые яблоки можно не стерилизовать после укладки в банки, а укладывать непосредственно после бланшировки горячими и заливать горячей бланшировочной водой. Бланшируют очищенные и нарезанные яблоки в воде при температуре 85 градусов в течение 6 – 7 минут. При бланшировке разрушаются ферменты и бланшированные яблоки уже не темнеют от соприкосновения с воздухом. При бланшировке из плодов вытесняется воздух, которого в яблоках заключено довольно много, иногда до 25% к общему объему плодов. Если воздух не удалить и укупорить яблоки в банке крышкой, то воздух во время стерилизации будет из них выходить, и собираясь под крышкой банки, давить на нее. Кроме того, при вытеснении воздуха во время бланшировки уменьшается объем плодов и их можно больше поместить в банку. Если же положить в банку небланшированные или недостаточно бланшированные яблоки, то объем их уменьшится уже в банке во время стерилизации. В результате в консервах будет много жидкости и мало плодов. Порядок работы при этом следующий.

Нужно поставить корзину с яблоками возле стола. Банки промыть горячей водой и после ополаскивания горячей же водой поставить на стол кверху дном. В эмалированную или алюминиевую кастрюлю емкостью 4 – 5 л налить 3 л воды и подогреть. Пока вода нагревается до кипения, яблоки необходимо подготовить. Сначала разрезать каждое яблоко вдоль на половинки, одновременно вырезая поврежденные и червивые участки. Половинки положить тут же рядом на стол. Когда их накопится на 3 банки компота, резку прекратить и из каждой половинки заостренной ложкой вынуть сердцевину с семенами. Делать это нужно быстро, одним поворотом руки. Сразу же половинки без сердцевины опустить в ведро с холодной водой, где они должны быть до бланшировки.

Когда в кастрюле закипит вода, взять из ведра столько подготовленных половинок яблок, чтобы их хватило на 2 – 3 банки, и опустить их в кипящую воду, желательно в сетчатой корзине по форме кастрюли. Если корзины нет, то яблоки можно высыпать в кастрюлю или положить их в марлевый мешочек и опустить в кастрюлю. Следить, чтобы яблоки не перебланшировались.

Когда кожица на яблоках станет из зеленой желтоватой, яблоки быстро вынуть из корзины или из кастрюли. Руками брать их нельзя, чтобы не обжечься и не загрязнить поверхность

микробами. Подходит для этого столовая вилка из нержавеющей стали. Через кожицу проколоть половинку яблока, перенести в банку и уложить срезом вниз. Так поступать до тех пор, пока банка не заполнится. Половинки можно подпрессовать тыльной стороной ложки. Кастрюля с бланшировочной водой в это время должна стоять на огне. Когда все яблоки разложены, черпаком или разливной ложкой зачерпнуть из кастрюли кипящую воду и залить ею банки с яблоками доверху. Сразу же закатать лакированными простерилизованными крышками, перевернуть горлышком вниз и оставить до остывания.

После этого в кастрюлю, где бланшировались яблоки, добавить холодной воды столько же, сколько было израсходовано на заливку первых банок и вновь нагреть ее до кипения. В это время разрезать на половинки и очистить от сердцевины следующую порцию яблок на 2 – 3 банки, с которой поступить так же, как и с первой.

За 1 час один человек без посторонней помощи может заготовить 8 – 10 банок компота.

Компот из груш

Для приготовления компота отобрать не полностью созревшие, но и не грубые груши. Общие правила приготовления грушевого компота такие же, как и компота из яблок. При чистке нужно тщательно удалять сердцевину, так как в ней находятся грубые, каменистые клетки. Если готовить компот из груш без кожицы, очищать плоды лучше и удобнее вдоль – от чашечки к плодоножке. Нежные сорта можно консервировать с кожицей, если на ней нет повреждений, потемневших участков, которые ухудшают вид плодов. Очищенные груши бланшировать в воде с добавлением 0,1% лимонной кислоты (1 г лимонной кислоты на 1 л воды) 10 – 12 минут при 85 градусах или 3 – 5 минут при 95 градусах. Груши, разрезанные на половинки или дольки уложить симметрично, узкими частями ближе к центру банки. Банки накрыть прокипяченными крышками и простерилизовать. Время стерилизации для банок 0,5 л – 25 минут, 1 л – 35 минут, 3 л – 50 минут. Банки закатать, поставить вниз горлышком, охладить.

Компот из вишни

Если свежесобранная вишня не может быть сразу законсервированной, ее можно сохранить несколько часов, погрузив в холодную воду или положив в прохладное помещение. Хранить вишню с плодоножками, которые нужно обрывать перед обработкой.

Перед консервированием вишню отсортировать по размеру вручную или через специальное сито с круглыми или квадратными отверстиями 12, 14 и 16 мм. Одновременно с сортировкой по размеру удалить листочки, веточки, недозрелые, загнившие, поврежденные вишни. Не рекомендуется смешивать вишню разных сортов и неодинаковую по весу, степени зрелости.

Подготовленную и промытую вишню разложить по банкам. Банки и бутылки заполнять плотно, встряхивая их во время наполнения и слегка уплотняя. Делать это нужно потому, что во время стерилизации вес вишни уменьшается на 15% в результате выделения из нее сока. Уменьшается и ее объем. Если она перед стерилизацией насыпана в банку неплотно, то в готовых консервах окажется большой слой без плодов.

Плотно уложенную вишню залить горячей водой так, чтобы она лишь покрыла плоды, затем простерилизовать. Стерилизовать компот в кипящей воде. Время стерилизации: 0,5 л банки и бутылки 12 минут, 1 л банки 15 минут, 3 л – 30 минут. Вишню с высокой кислотностью вместо стерилизации пастеризуют при 85 градусах. Банки 0,5 л – 25 минут, 1 л – 35 минут. При пастеризации в банках не развивается такое большое давление, как при стерилизации, поэтому их можно заранее укупорить, не опасаясь срыва крышек. После стерилизации или пастеризации банки охладить, перевернув вниз горлышком. Жестяные крышки для укупоривания компота должны быть лакированными.

Компот из черешни

Подготовительные работы при консервировании черешни такие же, как и для вишен. Черешню диаметром менее 15 мм считают мелкой и не употребляют для консервирования. Отсортированные и подготовленные плоды плотно уложить в банки или бутылки и залить горячей водой. Банки 0,5 л стерилизовать в кипящей воде 20 минут, 1 л – 25 минут, 3 л – 45 минут.

Компот из слив

Сорта слив различаются по цвету, вкусу, размерам и форме. При консервировании нужно учитывать эти особенности.

Для консервирования сливу промывают, освобождают от примесей, от поврежденных плодов и сортируют по размеру и степени зрелости. Крупные сливы можно консервировать цельными плодами и разрезанными на половинки без косточек. В этом случае в банку помещается гораздо больше плодов.

Небланшированные сливы нельзя плотно уложить в банки, а при стерилизации они больше развариваются. Бланшируются сливы в воде при температуре 85 градусов. Продолжительность бланшировки 3 – 5 минут. При стерилизации, а также при бланшировке у многих сортов слив лопается кожица, что ухудшает внешний вид консервов, а сироп делается мутным. Чтобы этого избежать нужно перед бланшировкой сливы наколоть булавкой или приспособлением, которое сделано из нескольких булавок, укрепленных на пробке. Надо следить за тем, чтобы булавки не остались в мякоти слив.

Для удаления косточек крупные сливы разрезать вдоль, затем половинки плодов уложить симметрично, срезами внутрь банок. Сливы, если их консервировать целыми, надо также укладывать плотно, а не просто насыпать в банки.

Время стерилизации для банок 0,5 л при 100 градусах 12 минут, 1 л – 18 минут, 3 л – 30 минут.

Компот из винограда

Ягоды винограда аккуратно снять с гребней, стараясь их не повредить, тщательно освободить от мусора и загнивших ягод. Отобранные ягоды промыть, отсортировать по размеру и цвету и плотно уложить в банки, чтобы после стерилизации, когда ягоды уменьшаться в объеме, в банке не осталось промежутка, не заполненного ягодами. Виноград перед укладкой не бланшируют, поэтому надо обратить внимание на плотность укладки. Залить горячей водой и простерилизовать. Время стерилизации в кипящей воде банок 0,5 л 12 минут, 1 л – 18 минут, 3 л – 40 минут. Простерилизованные банки перевернуть вниз горлышком и охладить.

Компоты из ягод

Компот из клубники

Для приготовления компота нужно отобрать хорошие сорта клубники, ягоды которой имеют плотную мякоть с ярко – красной окраской. Клубника должна быть вкусной и ароматной. Перезрелые ягоды консервировать нельзя – они превратятся в бесформенную массу. Собирать клубнику нужно в сухую погоду, срывать только зрелую вместе с чашелистиками. Ягоды собирают в решета, корзиночки, эмалированные тазы. Для компота отбирают клубнику средних размеров – крупная плохо выдерживает нагревание. Моют ягоду осторожно, лучше под душем.

Очищенную и вымытую клубнику поместить в таз или большую кастрюлю и залить водой температурой 50 градусов. Вода должна покрыть все ягоды. Так их оставляют на 3 часа, время от времени осторожно перемешивая большой ложкой или деревянной лопаточкой.

Компоты из клубники – нежные и деликатесные консервы. Поэтому их хранят не в крупных банках, а в полулитровых или бутылках. В банку помещается 350 г ягод. Воду для заливки можно использовать ту, которой заливали ягоды перед укладкой в банки, предварительно нагрев ее до кипения. Жестяные крышки для укупорки должны быть лакированными, чтобы компот не потемнел.

Компот из клубники в кипящей воде не стерилизуют, потому что разварятся и потеряют свой цвет ягоды. Применяют пастеризацию в воде при 85 градусах в течение 20 минут. Поэтому банки или бутылки можно укупорить до нагревания, так как давление водяного пара во время пастеризации будет недостаточным для срыва крышек.

Хранить компот в темном месте, потому что на свету цвет его ухудшается. Температура хранения 10 – 15 градусов.

Компот из черной смородины

Подготовленные и отсортированные ягоды промыть, погружая в кастрюлю или ведро с водой. Перемешав ягоды с водой, сливают воду. В воде, кроме растворимых примесей, остаются мелкие листочки, которые не были удалены раньше. Если ягоды очень загрязнены, то их нужно промыть два или три

раза. После мойки и стекания воды смородину расфасовывают в банки, потряхивая ее для уплотнения или слегка утрамбовывая рукой, заливают водой температурой 90 градусов.

Время пастеризации при 90 градусах банок 0,5 л 18 минут, 1 л – 20 минут. Укупоривать только лакированными крышками, так как при соприкосновении с металлом смородина и сироп приобретают фиолетовый цвет.

Компот из крыжовника

Собранные ягоды крыжовника сортируют и, удалив чашелистики и плодоножки, моют, затем наполняют ягодами банки, заливая их водой при температуре 90 градусов. Стерилизуют в полулитровых или литровых банках 20 минут в кипящей воде. При консервации крыжовник часто лопается, чтобы этого не случилось, ягоды можно наколоть булавкой или заостренной спичкой.

Переработка плодов и ягод без сахара

Пюре из яблок

Для переработки для пюре пригодны как зрелые, так и недозрелые плоды. Можно консервировать очищенные или неочищенные яблоки, разрезанные на дольки и с удаленной сердцевиной, без заливки сиропом. Яблоки вымыть, разрезать на дольки и с семенами распарить в кастрюле под крышкой с небольшим количеством воды. Когда яблоки разварятся, массу протереть через сито, разложить по банкам и пастеризовать при 85 градусах. Время пастеризации при 85 градусах для литровых банок 25 минут, двухлитровых – 40 минут, трехлитровых – 50 минут. Закатанные банки перевернуть горлышком вниз и охладить.

Пюре из груш

Отобрать зрелые, сладкие и ароматные груши, тщательно их вымыть, очистить от кожицы и сердцевины, нарезать дольками и протушить как яблоки. Разваренные плоды протереть через сито или пропустить через мясорубку. Полученное пюре вновь довести до кипения и кипящим разлить в подготовленные горячие банки. Банки сразу закатать.

Пюре из алычи

Для приготовления пюре из алычи использовать кислые зеленые плоды в стадии созревания. Плоды перебрать, очистить от примесей и плодоножек, тщательно промыть и всыпать в эмалированную посуду. Залить кипятком, накрыть полотенцем, закрыть крышкой и варить на сильном огне 8 минут, пока ягоды не растрескаются. Затем насыпать порциями горячую алычу в дуршлаг и протереть деревянной ложкой. После этой процедуры в дуршлаге остаются косточки и кожица плодов. Полученное пюре довести до кипения и разлить в подготовленные банки, закупорить и простерилизовать. Время стерилизации при температуре 100 градусов: банок 0,5 л 20 минут, 1 л – 25 минут, 3 л – 60 минут. Затем банки перевернуть горлышком вниз и охладить.

Пюре из слив

Зрелые и сладкие сливы нужно тщательно промыть, разрезать на половинки и подогреть в небольшом количестве воды, чтобы они не подгорали. Можно сливы поварить на пару, пока они немного не размягчатся, затем протереть их через сито или пропустить через мясорубку. Готовое пюре разложить в банки и стерилизовать 15 минут. Можно также пюре подогреть, довести до кипения и сразу доверху разлить в банки, закупорить, перевернуть банки горлышком вниз и охладить.

Пюре из земляники

Для приготовления пюре спелую землянику необходимо положить в дуршлаг и промыть под душем слабого напора. Вода должна быть холодной. Дать воде стечь и удалить чашечки, затем протереть через сито или пропустить через мясорубку к которой прикреплено сито. Пюре можно приготовить в миксере. Пюре расфасовать по банкам и простерилизовать. Время стерилизации 15 минут. Наполненные, закупоренные емкости перевернуть вниз горлышком и охладить.

Пюре из крыжовника с морковью

Для приготовления пюре взять 1 кг крыжовника, отварить в небольшом количестве воды и протереть. Морковь разрезать на кусочки, отварить, протереть через сито и смешать с протертым крыжовником. Смесь довести до кипения при непрерывном помешивании и кипящей разлить в стерильные банки. Закупорить, перевернуть вниз горлышком и охладить.

Повидло из слив без сахара

Для приготовления повидла необходимо спелые, сладкие сливы отсортировать, перебрать, удалить поврежденные и червивые, промыть, дать воде стечь, разрезать на половинки, достать косточки, положить в таз, влить один стакан воды и варить на умеренном огне при постоянном помешивании до готовности. Повидло раскладывают в горячем виде в сухие, простерилизованные, подогретые банки. Наполняют их на 2 см ниже верха горлышка. Наполненные банки быстро укупорить, перевернуть вниз горлышком и охладить.

Приготовление фруктовых и ягодных соков без сахара

Соки получают путем прессования свежих, зрелых и здоровых плодов и ягод. При прессовании или отжиме вместе с соком из плодов извлекаются самые ценные растворимые вещества – сахара, кислоты, минеральные соли и витамины. Большое значение имеют соки для питания детей, а также больных и выздоравливающих людей. В домашних условиях можно приготовить натуральные соки без сахара с помощью стерилизации в герметической таре.

Сок яблочный

Для приготовления сока берут яблоки, чаще всего не одного сорта. Обычно берут 1 часть кислых, 1 часть терпких и 3 части сладких яблок. Хороший сок получается при смешивании яблок с грушами. Для приготовления сока можно брать побитые, но хорошо поспевшие здоровые плоды. Удаляют только загнившие и зеленые. Если яблоки опрыскивались ядовитыми веществами, то для их лучшего промывания в воде растворяют 1%-ную соляную кислоту. Для приготовления раствора нужно взять 10 г кислоты на 1 л воды.

Промытые яблоки шинкуют и помещают под пресс. Можно воспользоваться соковаркой или электросоковыжималкой. Неосветленный сок разливают в стерилизованную стеклянную посуду и пастеризуют. Для осветления сок при постоянном помешивании быстро нагревают до 80 градусов и сразу охладить, опустив кастрюлю в большую емкость с холодной водой. Охлажденному соку дают отстояться два часа, фильтруют и пастеризуют вторично. После первого отжима в мезге остается много сока. Для того, чтобы его извлечь, мезгу помещают в эмалированную кастрюлю, добавляют воду из расчета 1 стакан на 1 кг мезги, нагревают до 60 градусов и выдерживают при этой температуре 12 минут. Затем вторично отжимают под прессом, пастеризуют и используют в дальнейшем для приготовления киселей.

Консервирование сока способом пастеризации.

Сок можно консервировать и способом пастеризации. Для этого сок нужно подогреть до 85 градусов и разлить в тару, не доливая до верха 2 см. Пастеризовать при 85 градусах. Время пастеризации: для банок емкостью 0,5 л 15 минут, 1 л – 20 минут, 3 л – 30 минут.

Яблочный сок с мякотью

Яблоки промыть, очистить от кожуры, вырезать сердцевину, разрезать на дольки, положить в эмалированную кастрюлю и кипятить 15 минут. Разварившиеся плоды дважды пропустить через мясорубку с мелкой решеткой. Полученное пюре снова поместить в кастрюлю, развести горячей водой до необходимой густоты, довести до кипения и кипящим разлить в банки. Банки заливать доверху, перевернуть вниз горлышком и охладить.

Яблоки в собственном соку

Нарезанные или целые яблоки опустить на 3 минуты в кипящую воду, охладить в холодной воде и сразу уложить в банки. Свежеприготовленный яблочный сок подогреть до 90 – 95 градусов, залить в банки и пастеризовать при 85 градусах. Время пастеризации: для банок 1 л 15 минут, 2 л – 25 минут, 3 л – 30 минут.

Сок вишневый

Для приготовления вишневого сока необходимо плоды вымыть и растолочь деревянным пестиком или толкушкой в кастрюле. Для того, чтобы сок извлечь полностью, сделать прессование. После первого прессования мезгу залить водой из расчета 200 г на 1 кг мезги, прокипятить при помешивании 3 минуты и снова произвести прессование. Соки после прессования употребляют в виде натурального сока или для смешивания с другими соками. Их отстаивают, снимают с осадка, фильтруют и консервируют вышеописанными способами.

Сок виноградный с мякотью

Для приготовления виноградного сока с мякотью взять спелый сладкий виноград, вымыть его, дать стечь воде, отделить ягоды от кистей, удалить гнилые, незрелые ягоды, пропустить через соковыжималку в виде конусной насадки к мясорубке. Полученный виноградный сок с мякотью слить в эмалированную кастрюлю, поставить на огонь, прокипятить 15 минут, затем в кипящем состоянии разлить в подогретые банки, накрыть лакированными крышками, укупорить и охладить.

Сок виноградный

Для приготовления сока отобрать сладкий виноград, промыть его, дать стечь воде, отделить ягоды от кистей, удаляя гнилые, поврежденные и незрелые ягоды.

В корзинку ручного пресса уложить холщовую салфетку, засыпать порцию ягод винограда, накрыть концами холщовой салфетки и отжать сок. Полученный сок влить в эмалированную кастрюлю и прогреть при 95 градусах 15 минут, затем сок разлить в прогретые банки или баллоны, накрыть прокипяченными крышками, укупорить, банки укутать в ткань, выдержать в ней один час, после чего их извлекают из-под ткани и охлаждают.

Сок виноградный (2 вариант)

Если виноградный пресс отсутствует, то сок можно приготовить следующим образом: зрелый сладкий виноград промыть, дать воде стечь, отделить ягоды от кистей, удаляя поврежденные, гнилые, незрелые. Отсортированные ягоды выложить на дуршлаг, установленный над эмалированным ведром и размять. Полученную мезгу и сок слить в 10-литровый баллон, в который вмещается 8 кг массы, накрыть баллон марлей и поставить в теплое место на 3 дня. Через 3 дня мезга всплывает, а виноградный сок выделяется в нижней части баллона. Затем виноградный сок из баллона слить в эмалированную посуду через дуршлаг и профильтровать через ткань, несколько слоев марли или капрновый чулок. Мезгу помещают порциями в капрновый чулок и осторожно вручную отжимают. Полученный сок прокипятить в эмалированной кастрюле 15 минут, затем в кипящем виде разлить в подогретые банки, накрыть их лакированными крышками, укупорить, охладить.

Сок из красной смородины

Ягоды красной смородины хорошо отдают сок без подогрева. Чтобы сохранить цвет, раздавленные ягоды залить водой, подогретой до 60 градусов и выдержать под крышкой 3 часа. Полученный отжимом сок требует немедленной обработки. Для этого сок поместить в кастрюлю или таз, добавить немного воды, довести до температуры 90 градусов и, осторожно помешивая, прогреть 5 минут. Подготовленные банки заполнить горячим соком, немедленно укупорить прокипяченными лакированными крышками и, перевернув банки вниз горлышком, поставить для охлаждения.

Сок из черной смородины

Взять промытые здоровые ягоды, поместить их в кастрюлю, залить водой из расчета 2 стакана на 1 кг ягод, нагреть до кипения при помешивании и кипятить 5 минут. Чаще всего сок отжимают дважды. Для лучшего его выхода мезгу после второго отжима извлекают из мешка, заливают горячей водой (1 стакан на 1 кг отжатой мезги) и нагревают до кипения, непрерывно помешивая. После этого мезгу вновь отжимают.

Сок всех отжимов смешивают, фильтруют, нагревают до 100 градусов и расфасовывают в горячем виде. Заполненные банки немедленно закатывают прокипяченными лакированными крышками и, перевернув банки вниз горлышком, ставят для охлаждения.

Сок из крыжовника

Для приготовления сока из крыжовника можно использовать как крупные, так и мелкие ягоды, но обязательно неполностью созревшие. Отсортированные ягоды варят в кипящей воде (1 стакан на 1 кг ягод) 8 минут при непрерывном помешивании, а затем дробят. Горячую мезгу сразу же отжимают под прессом. Повторяют это трижды. После второго отжима массу извлекают из пресса, добавляют на килограмм отжатой мезги 1 стакан воды, доводят до кипения при помешивании и вновь отжимают. Сок фильтруют, нагревают до 100 градусов и расфасовывают в горячем виде.

Консервирование овощей

Консервирование овощей без соли

Томаты цельноконсервированные

Для консервирования в цельном виде рекомендуются сорта томатов с мелкими плодами овальной, сливовидной и грушевидной формы. Можно консервировать и круглоплодные томаты, только на нужно брать крупные, т. к. им труднее сохранить форму в готовых консервах. Консервировать томаты можно с кожицей и без кожицы, но лучшее качество получается у консервов, если томаты очищены от кожицы.

Промытые томаты нужно уложить в дуршлаг и опустить в кастрюлю с горячей водой температурой 95 – 98 градусов, выдержать 2 минуты, затем быстро вынуть и вместе с дуршлагом опустить в холодную воду на 2 минуты. В результате обработки на кожице появляются трещины и кожица легко снимается руками или ножом. Кожицу лучше начинать снимать со стороны, противоположной плодоножке.

Очищенные томаты плотно, без воздушных промежутков, уложить в банки. В этом случае томаты можно не заливать водой или соком, а сразу укупорить и стерилизовать. Если воздушные промежутки имеются, то томаты нужно залить водой или томатным соком. Для получения сока отобрать помятые и поврежденные томаты и протереть через сито.

Температура содержимого банок с томатами перед стерилизацией бывает невысокая, особенно если их не заливали соком. Кислотность томатов также меньше, чем кислотность плодов и ягод, поэтому время стерилизации увеличивается. Время стерилизации томатом в банках 0,5 л 35 минут, 1 л – 40 минут, 3 л – 60 минут. На томатах с кожицей во время стерилизации часто образуются трещины, которые ухудшают вид консервов, поэтому для того, чтобы этого не случилось, томаты перед укладкой в банки нужно наколоть иглой.

Томатный сок

Для приготовления сока можно использовать помидоры любого сорта. Плоды должны быть зрелыми, без порчи. Их хорошенько моют в холодной воде, удаляют плодоножки и вновь моют. После этого томаты разрезают на части или их можно раздавить в эмалированной кастрюле, затем добавить 15% воды к весу помидоров, нагреть массу до кипения, поварить 20 минут,

пока масса не разварится. Сок слить, а пюре протереть через сито. Размер отверстий в сите должен быть таким, чтобы сквозь них не проходили семена и кожица. Полученную томатную массу нагреть до 85 градусов, разложить в простерилизованные банки, накрыть прокипяченными лакированными крышками и простерилизовать в кипящей воде. Время стерилизации для банок 0,5л 25 минут, 1 л – 35 минут, 3 л – 60 минут. После стерилизации банки закатать, перевернуть вниз горлышком и охладить.

Томатное пюре

Протертая томатная масса получается довольно жидкой, поэтому чаще всего ее перед расфасовкой уваривают. Нагревание нужно вести до уменьшения первоначального объема в 2,5 – 3 раза. В процессе кипения обычно сильно выделяется пена, которая переливается через край. Чтобы этого не случилось, кастрюлю для варки рекомендуется заполнять на одну треть.

Выпаривание можно проводить следующим образом: томатную массу подогреть до кипения, поместить в мешок из марли и дать соку стечь. Сок можно легко уваривать в 3 раза без пригорания. Уваренный сок смешать с протертой мякотью, довести до кипения и готовое томатное пюре в горячем состоянии разлить в подогретые подготовленные банки. Наполнять банки нужно на 1 см ниже верха горлышка. Наполненные банки поставить в кастрюлю с подогретой до 70 градусов водой и простерилизовать. Время стерилизации для банок 0,5 л 20 минут, 1 л – 25 минут. После стерилизации банки быстро укупорить прокипяченными лакированными крышками, перевернуть вниз горлышком и охладить.

Томаты протертые

Помидоры отсортировать и тщательно вымыть. Затем разрезать на части или раздавить в кастрюле. Затем массу нагревают до кипения и в горячем состоянии протирают через сито. Отверстия в сите должны пропускать томатный сок и мякоть, но задерживать кожицу и семена. Если томатная масса подогрета хорошо, то протирается она быстро. Полученную массу разливают в банки, укупоривают и стерилизуют в кипящей воде. Время стерилизации: банки 0,5 л 25 минут, 1 л – 35 минут, 3 л – 50 минут.

Сок морковный

Для приготовления сока взять молодые, свежие, зрелые корнеплоды, тщательно вымыть, измельчить и выделить сок с помощью пресса или соковыжималки. Сок отстоять, слить без осадка, процедить через марлю. Нагреть сок до 85 градусов и разлить по банкам, не доливая до краев 1 – 1,5 см. Стерилизовать при температуре 108 градусов 30 минут. Чтобы достичь такой температуры, необходимо добавить в воду соль (400 г на 1 л воды).

Ревень консервированный

Очистить черешки ревеня, нарезать их кусочками по 2 см, наполнить ими банки, залить кипяченой холодной водой и укупорить лакированными крышками. Хранить банки в прохладном месте.

Замораживание

Натуральные качества овощей, фруктов, ягод и зелени лучше всего сохраняются при быстром замораживании. Для замораживания вполне пригодны домашние холодильники и морозильники. При температуре минус 18 градусов овощи и фрукты могут хранится год. При этом сохраняется запах, цвет, вкусовые качества, пищевая ценность и витамины. В настоящее время замораживание – самый прогрессивный способ консервирования.

Замороженные грибы

Замораживают любые съедобные грибы. Предварительно их очищают, промывают и нарезают. Затем их нужно положить в глубокую сковороду. Ни соли, ни масла не добавлять. Сковороду поставить на огонь, при кипении грибы будут увариваться. Довести их нужно до полуготовности и охладить. Затем положить в хорошо промытую, высушенную упаковку из-под молока или в полиэтиленовый пакет, плотно утрамбовать, тщательно закрыть пакет и уложить в морозильную камеру.

Перед употреблением положить грибы на сковородку, не размораживая. Добавить масло, соль, лук и держать под крышкой 20 минут.

Предлагаемый способ консервирования грибов безопасен. Безопасность гарантирует и повторная тепловая обработка грибов.

Замороженные овощи

Готовят овощи к замораживанию так же, как и при других видах консервирования. Их нужно тщательно вымыть, почистить, пробланшировать – подвергнуть тепловой обработке, порезать и уложить в полиэтиленовые пакеты или коробки.

Какие овощи лучше замораживать? Те, которых зимой нет в продаже. Например, свежие огурцы. Их моют, обсушивают, нарезают кружочками и укладывают в коробки. Замороженные огурцы употребляют для салатов, закусок, окрошек.

Корнеплоды – морковь, петрушку, сельдерей – замораживают мелко нарезанными. Хорошо сохраняется в морозильнике цветная капуста. Перед тем, как заморозить ее нужно разделить на кочешки, пробланшировать (опустить в горячую подсоленую воду

на 3 минуты). Затем охладить. При употреблении цветную капусту не размораживают, а сразу опускают в горячую воду или кладут на разогретую сковороду. Замороженные укроп, петрушка, сельдерей, кинза отлично сохраняют пряный вкус, запах, цвет. Зелень тщательно моют, связывают в небольшие пучки, минуту бланшируют, дают стечь воде, охлаждают, раскладывают на тарелке и ставят в морозильник. Затем замороженные пучки укладывают в полиэтиленовые пакеты или коробки. Используют замороженную зелень для приправы первых и вторых блюд. Точно так же, в пучках, замораживают щавель.